

МЕНЮ
на 11.03.2025
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и
		Белки, г	Жиры, г	Глиководы, г	рийность,	С
ЗАВТРАК						
Макаронные изделия отварные с сыром	110	5.78	5.05	24.70	167.07	0.187
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08	7.65	66.24	0.000
ЗАВТРАК 2						
Йогурт	100	9.00	5.76	15.30	156.60	1.080
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой	150	2.25	4.32	13.82	103.32	9.765
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	100	6.50	2.91	5.80	75.65	0.680
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
ПОЛДНИК						
Запеканка из творога с морковью	110	12.90	14.68	14.72	294.02	1.342
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Пряник	40	2.96	3.76	29.24	162.80	0.000

МЕНЮ
на 11.03.2025
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Энергетическая ценность, ккал	
ЗАВТРАК						
Макаронные изделия отварные с сыром	180	9.45	8.26	40.41	273.38	0.306
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62	11.48	99.36	0.000
ЗАВТРАК 2						
Йогурт	150	9.00	5.76	15.30	156.60	1.080
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой	180	2.70	5.18	16.58	123.98	11.718
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	100	6.50	2.91	5.80	75.65	0.680
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
ПОЛДНИК						
Запеканка из творога с морковью	130	15.25	17.36	17.39	347.48	1.586
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Пряник	40	2.96	3.76	29.24	162.80	0.000